

# PSB 24 aktuell

Mitgliedermagazin



Weil's Spaß macht.

## AUF EINEN BLICK

- 3 Hauptversammlung 2020:** Unter Ausnahmebedingungen  
**4-5 Ehrentafel**  
**5 Frauenfußball:** Alles wie immer?  
**6 Badminton:** Vereinsmeisterschaft gelungen  
**7 Judo:** Eingeschränktes Mattentraining  
**8 Ikgai Karate-Do:** Alternativsport für Erwachsene  
**9 Shinbukai-Karate:** Die Kunst des Stockkampfes  
**10 Taekwondo:** Turnier-Premiere vor Corona  
**11 Leichtathletik:** Geburtstagslauf statt Marathon  
**12 Handball:** Endlich wieder am Ball  
**13 Studio Charlottenburg:** Abschluss der Beach-Saison  
**13 Cheerleading:** Lust auf Familienabschluss?  
**14 Segeln Köpenick:** Die etwas andere Saison  
**15 Tennis Gatow:** Nach schwierigem Start  
**16 Segeln Stößensee:** Ist ja doch noch etwas geworden  
**17** Spontan nach Marseille  
**18 Tischtennis:** Punktspielstart ohne Doppel  
**18 Rudern / Tanzen:** Glückwünsche  
**19 Unsere Sportpalette**  
**20 Kindersport:** Unterstützung gesucht  
**20 Mitteilung der Geschäftsstelle**

## Außergewöhnliches

**A**ußergewöhnlich war dieses Jahr auf jeden Fall. Außergewöhnlich wie die Hauptversammlung unseres Vereins, die mit fast fünfmonatiger Verspätung endlich am 30. September stattfand. „Endlich“ hieß oder heißt es auch in etlichen Texten dieser Ausgabe. (Manches „endlich“ wurde gestrichen, damit die Titel nicht gar zu einformig klingen.) Fast alle Abteilungen, Gruppen und Studios starteten nämlich erst nach einer Zwangspause in ihre Saison – und das mit mancherlei Einschränkungen. Letztlich waren wir froh, unserem Sport überhaupt nachgehen zu können. Ob und wie das auch in den nächsten Wochen und Monaten möglich sein wird, das war zum Redaktionsschluss dieses Heftes noch ungewiss.

Gewiss aber ist dies die letzte gedruckte Ausgabe unserer Vereinszeitung im Jahr 2020, denn das Virus hat auch die Erscheinungsweise von „PSB 24 aktuell“ beeinträchtigt. Für Jahresendwünsche ist es im November allerdings noch zu früh. Schließlich erscheint zumindest noch ein elektronischer Newsletter. Also bis bald!

ddp

**Wir begrüßen  
unsere neuen  
Mitglieder**



### American Football:

Luisa Ratschinske, Daniel Szwed, Teryce Magbagbeolu, Peter Michel, Lennardt Fynn Glindemann, Luis-Antonio Gockel, Finn Neumann, Karol Schermuly, Mitja Erker, Robert Schroeter, Richard Wieandt, Emilio Flores Mensing, Nico Friske, Florian Gerlach, Cains Linca, Selina Greschuchna, Cosma Löck, Mika Fabian Thurn, Phil Panser, Richard von Lampe, Paul-Julius Dittrich

### Badminton:

Jamie Haidara, Martin Schnarrenberger, Oleg Chabanenko, Mila Bollanse

### Bogenschießen:

Andrea De Martino

### Boxen:

Henry Hacker, Jasper Thiele

### Cheerleading:

Emmi Leßmann, Martina Ivin, Sema Vatansever, Mark Eggebrecht, Maria Born, Julien Gedde

### Fußball:

Ilka Grosse

### Handball:

Maja Augustin, Lotte Saß, Jessica Dähne, Lisa Bohlmann, Antonia Wiegandt

### Karate:

Paul Proske

### Karate – Ikgai:

Tarik Duran, Cinar Haydar Akyol, Nessim Hiesinger, Alexander Swirski, Mathias Dector-Kröger, Sascha Göthel, Anoushka Chattopadhyay, Lisa Schmidt, Adi Chattopadhyay, Anindita Bagichi, Jamie Niklas Karnapke, Swenna Raack

### Karate Shinbukai:

Blagomir Costoff

### Leichtathletik:

Stefanie Schröder

### Taekwondo:

Sevim Capur, Ole Frey, Kanoa Poschen, Selin Mikulovic, Samuel Wongsungyang

### Kinder- und Jugendsport:

- **Ballett:** Luise Nguyen Luu, Clara Riebschläger, Emilie Kirchner, Sophie Spangenberg, Onyu Hwoang, Leyla Connell, Carlotta Teske, Lenaya Trasoglu, Charlott Loock, Amalia Sanow, Luise Wodni, Cleo Jacob, Sumaya Oueslati
  - **Basketball Freizeit:** Frederik Kausche, Jella Abraham, Nicolas James Wakim
  - **Hip Hop:** Maite Frühbis, Emilia Oswald, Luis Oswald
  - **Jazz Dance:** Hugo Köhler
  - **Kinderfußball:** Henry Endrös, Andrzej Damian Krause, Bela Rösch, Frederick Backhaus, Emilian Frantasiyev, Bela Valentin Panse, Claas Brandt, Gustavo Wotzasek Poletto
  - **Kinderturnen:** Robin Olivia Hach, Justus Winckel, Maximilian Kropf, Marie Wagner, Angeliqwe Nowak, Ela Su Vilasaliu, Mila Busch, Lyo Erler, Richard Mischau, Golda Skoblo, Alma Fischer, Antonia Lorbeer, Oskar Stöhr, Hannes Lischke, Ella Peters, Alexia Choralambia Bantzis, Artur Glantz, Noah Tavidischwili, Charlotte Müller, Marlene Müller, Aysha Ben Slama, Sultan Dauren, Elisabeth Langguth, Melina Werner, Taha Bozkurt, Jakob Kapella, Lara Morbach, Justus Winckel, Bela Rösch, Alexander Owsianowski, Johannes Bartsch, Hedi Braun, Clara Diener, Marie Noel, Noélie Pleye
  - **Kinderschwimmen:** Jakob Herbst, Olivia Williams, Arthur Margraf
- Prosportstudio Charlottenburg:**  
Karin Stöcker-Meyer, Christa Krosta, Christiane Goeschen-Lent, Asja Kuhn, Danijel Dusper, Claudia Naumann-Schiel, Gosia Grzebyk, Amirah Almalky, Susanne Eisenkolb-Grönlund, Bernhard Brüsewitz, Christa Brüsewitz, Torsten Kriminski, Gudrun Henningsen, Annemarte Rentner

### Prosportstudio Köpenick:

Dörte Hoffmann, Bernd-Jürgen Krüger, Ann-Christine Schön, Anna Benda, Sandra Thoms, Carolin Wolfgramm, Maria Patze-Diordiychuk, Heike Barnick, Gundula Tieke, Madeleine Pschorr, Vivien Mirwald, Jennifer Görsch, Szymon Majda

### Prosportstudio Wilmersdorf:

Anita Hörholdt, Vuong Thi Thuy Duong, Johanna Kroeger, Klaus Pflüger, Elfi El-Laboudy, Jacqueline Thalheim, Marion Huth, Hans-Jürgen Huth, Petra Plachta, Annette Hasenbalg, Dierk Schmidt, Ina Primsch

### Schwimmen:

Nina Balp

### Shotokan:

Catalina Hüchtemann, Fabian Brignoli, Sonny Joshua und Noah Moritz, Clara Mia Puk

### Sportgruppe Charlottenburg – Tennis:

Hong-Kyun Oh, Insoo Hwoang, Martin Dohmen, Jakob Dohmen, Ana Teruel, Carla Cocco Teruel, Lejana Schewiola, Louise Tonner, Jean Frédéric Kamga, Swen Treppschuh, Niklas Pilz, Goran Veris, Maria Ewald

### Sportgruppe Gatow

– **Segeln:** Judith Nehls, Dirk Fischer-Nehls  
– **Tennis:** Lia Misch, Ole Rosenberg, Nora Scholzen, Bense Groth

### Sportgruppe Köpenick

– **Kanu:** Danylo Mykhailov  
– **Segeln:** Angeliqwe Pissarek, Julia Weigel, Felix Olaf Sowade, Frank Loeschmann

### Sportgruppe Wendenschloß

– **Segeln:** Patrice Stern-Schattat  
– **Tauchen:** Sebastian und Paula Pieta, Viola und Joachim Sperling, Marco Löhe

### Tauchen Wilmersdorf:

Keiken Koch

### Tennis Lankwitz:

Malin Jürgensen

### Tischtennis:

Joachim Brandl-Peverali, Bärbel Schimmelpfennig, Uzi Uziel

### Volleyball:

Babakou Mstislau, Henning Behrens, Dettlef Hain, Bernice Hain, Sören Sellin

# Hauptversammlung 2020 unter Ausnahmebedingungen

Hauptversammlung  
2020

## Präsidium und Schatzmeister wurden einstimmig entlastet

**E**ine außergewöhnliche Jahreshauptversammlung tagte am 30. September im Lothar-Jordan-Sportzentrum. Eigentlich hatte man sich traditionsgemäß schon Anfang Mai im Klubhaus der Segelabteilung am Stößensee treffen sollen. Doch – wie so vieles in diesem Jahr – fiel der Termin seinerzeit dem Corona-Virus zum Opfer. Um Abstandsregeln und ein spezielles Hygienekonzept einhalten zu können, fand die Versammlung nun also im Frühherbst im großen Saal des Vereinsheims in der Forckenbeckstraße statt.

Zudem musste sich PSB-24-Präsident Klaus Eichstädt entschuldigen: Am Vormittag hatte er per Corona-App eine Warnung erhalten (die sich später als Fehlalarm erwies). So sprang Schatzmeister Wolfgang Corsepius als Versammlungsleiter in die Bresche und stellte nach der Begrüßung der Anwesenden die

Beschlussfähigkeit des höchsten Vereinsgremiums fest: Anwesend waren Vertreter von Abteilungen und Gruppen sowie Präsidiumsmitglieder mit insgesamt 64 von 83 möglichen Stimmen.

Mit einer Schweigeminute gedachte die Versammlung der im vergangenen Jahr verstorbenen Vereinsmitglieder.

Im Wechsel mit Vizepräsidentin Ingrid Lange ehrte Wolfgang Corsepius anschließend Vereinsjubilare und Mitglieder, die sich besondere Verdienste um ihre Abteilungen erworben haben. Anerkennung fanden Aktive, die im Jahr 2019 herausragende sportliche Leistungen vollbracht haben, darunter Deutsche Meister und Berliner Titelträger (siehe Ehrentafel auf Seite 4)

Geschäftsführer Michael Schenk ergänzte den in Heft 1/2020 veröffentlichten Bericht des Präsidenten („PSB 24 weiter auf erfolgreichem Weg“). Er gestand,



Schatzmeister Wolfgang Corsepius leitete die Versammlung in Vertretung des Vereinspräsidenten.

dass der Verein und seine Mitglieder von der Covid-19-Pandemie und der damit verbundenen Einschränkungen in diesem Frühjahr „kalt erwischt“ worden seien, man habe viel improvisieren müssen. Nach einer ersten Lockerung der Vorgaben haben sich die Möglichkeiten für den Vereinssport zwar verbessert, problematisch sei die Lage jedoch vor allem in den Schwimmbädern gewesen.

Unzufrieden war Schenk mit der Kompromissbereitschaft des Landesportbundes in Bezug auf die Mitsprache der Vereine. Als erfreulich bezeichnete er die Entwicklung der Sportanlage in der Grünauer Straße, wo nach der Sanierung der Steganlage auch das Projekt eines Kita-Neubaus auf gutem Weg zu sein scheint. Allerdings benötige man Klarheit, was die Fördermöglichkeiten betrifft. Der Geschäftsführer dankte allen ehren- und hauptamtlichen Mitarbeitern für die gute Zusammenarbeit.

Schatzmeister Wolfgang Corsepius erläuterte den vorliegenden Jahresabschluss 2019. Das Haushaltsjahr wurde mit einem Überschuss von 16.322 Euro abgeschlossen. (Vorjahr 29.500

Euro) Die Liquidität des Vereins sei gesichert, Sparsamkeit bleibe weiterhin das Gebot.

Im Namen der Kassenprüfer bestätigte Marianne Pries die ordnungsgemäße Kassenführung und beantragte die Entlastung des Präsidiums und des Schatzmeisters für das Haushaltsjahr 2019. Die Versammlung folgte diesem Antrag einstimmig.

Als zusätzlichen Tagesordnungspunkt hatte Wolfgang Corsepius den Verkauf des Vereinsgrundstücks in Dolgenbrodt eingeführt. Nach dem Scheitern früherer Verkaufsverhandlungen und der Auflösung eines daraufhin abgeschlossenen Erbpachtvertrages gebe es jetzt einen neuen Interessenten. Ein möglicher Verkaufserlös könne beispielsweise dem Projekt in der Grünauer Straße zugutekommen. Die Versammlung ermächtigte das Präsidium einstimmig, das Grundstück zu einem angemessenen Preis zu veräußern.

Da es keine weiteren Anfragen gab, endete die Hauptversammlung 2020 nach einer knappen Stunde mit dem Applaus der Teilnehmer.

*Detlef D. Pries*



Geschäftsführer Michael Schenk schilderte die Vereinssituation in komplizierten Zeiten.

Fotos: D.-D. Pries

## Ehrennadel des PSB 24 in Gold

**Marianne Pries** Sportgruppe Wendenschloß

**Für besondere Verdienste um ihre Abteilungen wurden gewürdigt**

**Günter Dreke** 70 Jahre Mitglied der Abteilung Schwimmen

**Wolfgang Boehm** 60 Jahre Mitglied der Abteilung Rudern Gatow

**Ralf Milke** Leichtathletik

**Ruth Suhr** Leichtathletik

## Ehrennadel für 50-jährige Mitgliedschaft im Verein

**Ingrid Lange** Fußball

**Hans Schiller** Fußball

**Karin Mahr** Segeln Köpenick

**Johannes Mahr** Segeln Köpenick

**Jörg Maushacke** Segeln Stößensee

**Als Gründungsmitglieder des TSK Adlershof (Tauchen Wendenschloß) wurden für 30-jährige Mitgliedschaft in der Abteilung geehrt**

**Christiane Horn**

**Angelika Langenhahn**

**Dieter Langenhahn**

**Bernd Papenfuß**

**Ernst-Otmar Richter**

**Jürgen Schmidt**

**Zur 25-jährigen Mitgliedschaft gratulieren wir**

**Milan Marinkovic** Badminton

**Ingo Zimmermann** Badminton

**Hannelore Jordan** Gesamtverein

**Annika Hermenau** Handball

**Simon Bayerl** Karate

**Reinhard Röcher** Leichtathletik

**Norbert Riedel** Segeln Stößensee

**Renate Diebel** Tanzen

**Helmut Diebel** Tanzen

**Annemarie Vahl** Tanzen

**Wolfgang Vahl** Tanzen

**Roger Blum** Tauchen Wendenschloß

**Christian Horn** Tauchen Wendenschloß

**Andreas Leesch** Tauchen Wendenschloß

**Sebastian Beckmann** Tauchen Wilmersdorf

**Gabriele Adler** Tennis Gatow

**Michael Adler** Tennis Gatow



Ingrid Lange, 50 Jahre Vereinsmitglied, Vizepräsidentin und Frauenfußballerin der „ersten Stunde“



Marianne Pries, mehr als 25 Jahre lang Kassenwartin und „Frau für alles“ in der Sportgruppe Wendenschloß



Sportlich wie ehrenamtlich verdient um ihre Abteilungen machten sich Wolfgang Boehm (Rudern), Ruth Suhr und Ralf Milke (Leichtathletik)

## Ehrungen für sportliche Leistungen

**American Football**

**Berlin Kobra Ladies**

**Bogenschießen**

**Compound-Team**

**Ikigai Karate-Do**

**André Lassen**

**Juliane Stübe**

**Corinna Reiter**

**Lukas Tianyi Yu**

**Kanu Köpenick**

**Vivien Pannwitt**

**Leichtathletik**

**Ruth Suhr**

**Frédéric Georges**

**Rudern Wendenschloß**

**Jutta Ottenburger**

**Edith Lambrecht**

**Detlef-Diethard Pries**

**Thomas Schreiber**

**Schwimmen**

**Sybille Liepner**

**Nicole Schumann**

**Uwe Albrecht**



Vertraten die Kobra Ladies, zwölfwache Deutsche Meisterinnen im American Football.



Meisterliche Bogenschützin Iris Rosek für das Compound-Team

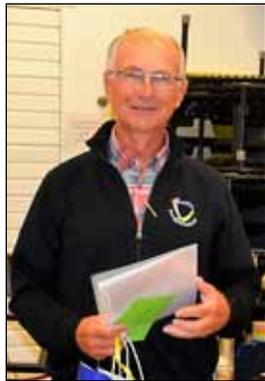


Vivien Pannwitt, Berliner Schülermeisterin im Kanuslalom



Erfolgreich auch auf internationaler Ebene: die Ikgai-Karateka André Lassen, Juliane Stübe, Corinna Reiter und Lukas Tianyi Yu (v.l.n.r.)

Lauf-Ass auf Straße und Bahn: Frédéric Georges



Kilometersammler unter den Wanderruderern: Jutta Ottenburger (viermal um die Erde), Detlef D. Pries und Thomas Schreiber

Schwimmer von Format: Nicole Schumann und Uwe Albrecht

## Alles wie immer? Oder doch nicht?

### Viel Arbeit und Ungewissheit vor der Spielzeit 2020/21

Frauenfußball



**E**ndlich sollten wieder Pflichtspiele stattfinden, beginnend mit dem Pokal-Qualifikationsspiel. Wegen kurzfristiger Verschärfung der Corona-Regeln durch den Senat setzte der Verband die Pokalrunde jedoch kurzerhand wieder ab. Wie würde es nun weitergehen?

Der Verband erarbeitete mit Hochdruck ein Konzept. Wegen der geforderten Abstände ist es unmöglich, alle Spielpaarungen bis zum Saisonende bewältigen. Daher wird nur eine Hinrunde gespielt, die über die ursprünglich für Hin- und Rückrunde geplante Zeit gestreckt wird. Das bedeutet immer wieder längere Spielpausen. Gegenwehr und Unzufriedenheit sind programmiert.

#### Erstes Spiel – erste Niederlage

So begannen wir mit dem Heimspiel gegen **Berolina Mitte III**. Mit nur sieben Spielerinnen konnten wir antreten. Doch zuvor kam noch jede Menge Arbeit auf uns zu. Gemeinsam erarbeiteten Marion Pfaffenberger und Nico Lange einen Plan, die Corona-Regeln umzusetzen und

den Gegebenheiten auf unserem Platz anzupassen: Einhalten der Abstände, Mund- und Nasenschutz, Umkleidemöglichkeiten, Desinfektionsmittel, Anwesenheitsdokumentation... Wir kennen das alle. Aber es bedurfte einiger Überredungskünste, um den Gegner von der Pflicht zur Einhaltung zu überzeugen!

Gespielt haben wir dann auch. Und gar nicht so schlecht, obwohl der Druck nach vorn fehlte. In der 14. Minute reichte ein verlorener Zweikampf, um unsere bis dahin gut stehende Abwehr mit einem Steilpass auszuhebeln. Die für unsere fehlende Keeperin Chris Schultz eingesprungene Katrin Brülke konnte den Ball zwar noch herauslaufend erreichen, doch kullerte das Runde nach Pressschlag unhaltbar ins Eckige.

Noch in der ersten Halbzeit hatten wir die Möglichkeit zum Ausgleich. Aber Alex Kock, im ersten Spiel nach überstandener Kreuzbandriss, scheiterte an der gegnerischen Torfrau.

In der zweiten Halbzeit ließen unsere Kräfte nach. Trotzdem war

das spielentscheidende Gegentor überflüssig. „Tor nach Standard“ heißt es in der Fußballersprache, wenn der Ball nach einer Ecke ohne Gegenwehr frei eingeköpft werden kann. 0:2 – gut gekämpft und doch verloren, aber Berolina Mitte war einfach besser.

#### Knappes Aus im Pokal

Eine Woche später ging es in der Pokalqualifikation zu **Cono Sur**. Wieder musste Ersatzkeeperin Katrin Brülke ins Tor. Cono Sur spielte überlegen, kam jedoch dank unserer engmaschigen Defensive kaum zum Abschluss. In der 52. Minute hätten wir das Geschehen sogar fast auf den Kopf gestellt, als Annett Kaiser, von Katja Kleiner freigespielt, allein an der Cono-Torfrau scheiterte.

Bis zum Abpfiff fiel kein Tor, so kam es zum Entscheidungsschießen. Beide Teams bekleckerten sich nicht mit Ruhm, die Nerven versagten reihenweise. Erst der 16. Schuss saß – leider nicht für uns – und besiegelte unser Pokalaus. Wär' zu schön gewesen...

Nach zweiwöchiger Corona-Fußballpause, mussten wir zum **SV**

**Empor**. Ausgerechnet Empor, die Mannschaft mit zwei 11:0-Siegen! Wieder stellte sich Katrin ins Tor, da unsere Stammkeeperin wegen Corona-Quarantäne passen musste. Corona... Covid 19.... eine Geschichte, die uns voll im Würgegriff hat. Aber die Devise lautet: Nicht aufgeben und versuchen, das Saisonende zu erreichen.

Auch bei Empor schlugen wir uns wacker gegen einen Gegner, der haushoch überlegen war. In der 18. Minute musste Katrin das erste Mal hinter sich greifen. Bis zur Halbzeit konnten wir Treffer 2 und 3 zwar nicht verhindern, wehrten uns aber gegen weitere Einschläge. In der zweiten Hälfte mussten wir uns der Qualität des Kontrahenten beugen: 37., 39., 49. und nochmals 49. Minute. Wenigstens nicht zweistellig gegen eine Mannschaft mit Aufstiegsambitionen.

Jetzt heißt es wieder abwarten. Zur Zeit des Redaktionsschlusses ist noch kein weiteres Spiel terminiert. Rhythmus sieht anders aus ...

*Nico Lange*



# Jakob und Elias sicherten sich die Pokale für „Spieler des Monats“



Nach einer siebenmonatigen Zwangspause konnten wir endlich wieder unsere Turnierserie „Spieler des Monats“ veranstalten. Ende September versammelten sich 31 Nachwuchsspielerinnen und -spieler in der Güntzelstraße zum Kampf um die drei Pokale.

In der Masters- und der U19-Klasse setzten sich die Favoriten Jakob Hinrichs und Elias Ioakimidis durch. Auch wenn insbesondere Jakob mehr Mühe als erwartet hatte, können beide nach dem jeweils dritten Sieg ihre Pokale endgültig behalten. Gleiches hätte Nicola Jülle in der

U13-Konkurrenz schaffen können, sie scheiterte aber im Halbfinale an Anirudh Govindarajan, der danach gegen seinen Bruder Aadith auch das Turnier gewann. Traditionell gesundheitsbewusst gab es für die Zweitplatzierten eine Ananas und für die Dritten eine Mango.

- Masters:** 1. Jakob Hinrichs  
2. Alexander Fleddermann  
3. Elisabeth Groß
- U19:** 1. Elias Ioakimidis  
2. Hanna Süring  
3. Philipp Kuhlmann
- U13:** 1. Anirudh Govindarajan  
2. Aadith Govindarajan  
3. Nicola Jülle

## Gelungene Vereinsmeisterschaften

### Spannung, Überraschungen, doch leider kein Büffet

Die coronabedingt ausgefallene Vereinsmeisterschaft der Senioren konnte am ersten Oktoberwochenende glücklicherweise nachgeholt werden. Wenige Wochen vor dem Start der Mannschaftssaison war das für viele eine gute Gelegenheit, Wettkampfpraxis zu sammeln. Erstmals war leider auch das traditionelle Büffet nicht möglich – dafür bestand in den Spielpausen Maskenpflicht.

Am Samstag standen die Doppeldisziplinen auf dem Programm. Zwölf Herrendoppel spielten in vier Dreiergruppen die Halbfinalisten aus. Beide Halbfinals waren sehr eng. Daven und Robert siegten knapp in drei Sätzen gegen Kevin Hahnfeld und Vin-

cent, während Paul und Franz in zwei Sätzen knapp Max und Alex Marinkovic niederrangen. Das Finale ging nach 22:20, 7:21 und 21:17 an die Überraschungssieger Daven und Robert. Platz 3 sicherten sich Max und Alex. Sehr enge Spiele gab es auch bei den sechs Damendoppeln. Das erwartete Finale zwischen Mareike/Elisabeth und Karina / Neele endete nach zwei denkbar knappen Sätzen (30:29, 21:19) zugunsten der Ersteren.



Im Spiel um den 3. Platz setzten sich Desiree und Anika in drei Sätzen gegen Anke und Pauline durch.

Im Mixed waren 14 Paarungen am Start. Bis zum Halbfinale blieben Überraschungen aus, danach wurde es wieder knapp:

Paul / Karina – Franz / Mareike 21:17, 14:21, 21:19

Kevin H. / Neele – Vincent / Stella 21:17, 20:22, 27:25

Im Finale ging es so weiter: Paul und Karina siegten 21:13, 24:26, 21:19. Den dritten Platz sicherten sich Franz und Mareike.

Der Sonntag war den Einzelkonkurrenzen vorbehalten. Erfreulicherweise waren fünf Damen am Start; sie ermittelten ihre Siegerin im Gruppenmodus. Nach insgesamt zehn Spielen wurde Neele ohne Satzverlust erstmals Vereinsmeisterin. Platz 2 sicherte sich Stella vor Elisabeth.

Bei den Herren (16 Starter) gab es schon in der ersten Runde kleinere Überraschungen. Patrick setzte sich in drei Sätzen gegen Franz durch, Max musste verletzungsbedingt gegen Roland passen.

Im Halbfinale stand mit Julian Klein, der Patrick im dritten Satz mit 23:21 aus dem Turnier geworfen hatte, ein Überraschungsteilnehmer neben den drei Etablierten Kevin, Alex und Vincent. Das Endspiel entschied schließlich Kevin gegen Alex mit 16:21, 21:17 und 21:16 für sich. Den 3. Platz sicherte sich Julian in zwei Sätzen gegen Vincent.



Trotz aller Einschränkungen war es ein gelungenes Turnier. Ein besonderer Dank geht an Kevin und Franz für die Übernahme der Turnierleitung.

*Ingo Zimmermann*

# Eingeschränktes Training auf der Matte wurde wieder möglich

Judo



**K**onichiwa, liebe Judoka, zuerst danke ich recht herzlich der Karate-Abteilung für die unbürokratische Hilfe bei der Suche nach einer zeitweiligen Trainingsstätte. Ich hoffe, dass wir euch nicht zu sehr bei eurem doch sehr stark konzentrationstfordernden Training stören.

Endlich können wir nun doch wieder leicht eingeschränkt auf der Matte trainieren. Auch unseren Judo-Kids merkt man an, dass es ihnen gefehlt hat.

Unsere Trainingszeiten für die Jugend sind voraussichtlich bis März 2021 mittwochs von 18 bis 19 Uhr und freitags von 18 bis



Thomas beim Reinigen der Matten

19.30 Uhr. Erwachsenen-Training findet zurzeit nur freitags von 19.30 bis 21.30 Uhr statt. Ich bitte um euer Verständnis.

Wichtig ist das Einhalten der Hygiene-Vorschriften: Hände desinfizieren und Matten nach dem Training mit Desinfektionsmittel säubern.

## Jahresversammlung 2020

Unsere Versammlung, tagte im indischen Lokal „Zagar“ in der Prinzregentenstraße, da sie aus Covid-19-Gründen in der Schule nicht stattfinden durfte. Es gibt nichts Neues zu berichten.

## Shiai – der Wettkampf

Der Wettkampf (japanisch Shiai) ist ein wichtiger Bestandteil des Judo. Er fördert die mentale Stärke, das Durchhaltevermögen, Mut und Respekt vor sich selbst und dem Gegner.

Tut das Fallen weh? Ja, das kann es, doch wenn man die Fallübungen beherrscht, sind der Schmerz und die Angst vor dem Fallen gering. Diese Kenntnisse und Fähigkeiten sind ein Teil dessen, was Judo ausmacht. Fallübungen sind auch sehr wichtig, um Verletzungen vorzubeugen. Wie das

Anschnallen beim Autofahren, das Tragen des Fahrradhelms und der Maske bei Corona. Jeder gewinnt gerne seinen Kampf – auf der Tatami und im Leben. Bleibt gesund!  
**Thomas Weichert**

## Auflösung des 10-Fragen-Gewinnspiels

1. Der rote Kreis auf Japans Flagge symbolisiert die **Sonne**.
2. Japans höchster Berg ist der **Fujijama**.
3. Japanischen Ritter nennt man **Samurai**.
4. Ein 1500 Jahre alter Kampfsport ist **Sumo**.
5. Die japanische Währung ist der **Yen**.
6. Japanisch „Kaiser“ heißt **Tenno**.
7. **Tokyo** ist Japans Hauptstadt.
8. Die 32. Olympischen Spiele finden in **Tokyo/ Japan** statt.
9. Die erste Atombombe fiel auf **Hiroshima**.
10. In der Landessprache heißt Japan **Nippon oder Nihon**.

Ich hoffe, ihr konntet alles richtig beantworten. Dann seid ihr bei der Verlosung der Hauptpreise dabei. Wenn nicht, gibt es auf jeden Fall einen Trostpreis, und ihr habt wenigstens etwas dazugelernt.





# Karate – eine Alternativsportart auch für Erwachsene

**W**aren Sie schon einmal auf der Suche nach einer Sportart, die Ihre Gesundheit fördert und zusätzlich großen Spaß macht? Gerade im Alter suchen Frauen und Männer Möglichkeiten, fit zu bleiben. Haben Sie früher aktiv Sport getrieben und nach einer Pause den Ehrgeiz, „neu anzufangen“? Welche Kriterien für die Auswahl der Sportart stehen auf Ihrer Checkliste?

- in moderatem Tempo die Fitness verbessern
- die Muskulatur aufbauen
- koordinative und kognitive Fähigkeiten fördern
- Entspannung nach einem stressigen Arbeitstag ...

Oder Sie sind sportlich aktiv und möchten eine neue Sportart erlernen?

In jedem Fall lohnt es sich, Karate in die engere Wahl zu ziehen.

Karate ist eine Sportart für jeden, ohne Altersgrenze. Verbinden die meisten damit nur die Selbstverteidigung, stellen die Aspekte Fitness, Konzentration und Entspannung einen großen Teil dar.

Der Trainer (Sensei) geht individuell auf die Bedürfnisse des Schülers ein. Bei Partnerübungen bekommt man zu-sätzliche Unterstützung vom Team, höher graduierte Karatekas geben ihr Wissen weiter. Gerade bei neuen, ungewohnten Bewegungsmustern unterstützt die gemeinsame Analyse. Das fördert die schnelle Integration in das Team.

Einige Elemente, die im Training unterschiedlich zusammengesetzt werden:

- Aufwärmen durch verschiedene Teamsportarten
- Entspannungsübungen
- Koordinationsübungen
- Dehnungsübungen
- Circuit-Training
- Krafttraining mit eigenem Körpergewicht
- Karate-Grundtechniken (*Kihon*) sind das Basistraining in allen Varianten. Man achtet auf den richtigen Stand, die exakte Kraftentfaltung und die richtige Atmung (*Kime*).



– *Kata* ist die Kombination der Grundtechniken in einem festgelegten Ablauf. Die *Kata* ist dem Entwicklungsstand des Schülers angepasst, um eine schrittweise Entwicklung zu ermöglichen.

– *Bunkai* ist die Anwendung einzelner Teile der *Kata* als Kampfsequenzen. Keine Angst! Fausttechniken werden vor dem Körper, ohne Berührung ausgeführt.

– *Ohyo-* und *Kihon-Kumite* ist die Form vor dem Freikampfkumite (*Randori*).

Es handelt sich um zusammengesetzte Techniken, die in der Selbstverteidigung hilfreich sind.

– Selbstverteidigung wird speziell durch unseren Sensei gelehrt, der sich durch seine berufliche und sportliche Ausbildung dafür auszeichnet.

– Eine Spezialität, bei der alle Schüler großen Spaß haben, sind die Übungen mit dem Langstock (*Bo*). Mit guten Grundlagen aus dem Karate lernt man eine weitere Variante der asiatischen Kampfkunst kennen.

Lassen wir Mitglieder unserer IKIGAI Karate-Do Abteilung zu Wort kommen.

**Hélène:** „Die Mischung aus Spaß und Konzentration für die Bewegungsausführung ermöglicht

mir ein perfektes Abschalten von meinen alltäglichen Sorgen und Stressabbau nach der Arbeit.

Der vertrauliche Umgang zwischen den Schülern ist ein sehr wertvoller Aspekt unseres Trainings. Jeder kann nach seinen individuellen Fähigkeiten diese Sportdisziplin ausüben!“

**Claudia:** „Als ich bei der Gürtelprüfung meines Sohnes einen Mann in meinem Alter sah, der ebenfalls die Prüfung für den gelben Gurt ablegte, war das der letzte Anstoß, den ich gebraucht hatte, um mich zu meiner ersten Karatestunde zu trauen. Jetzt ist es auch bei mir so weit, die erste Prüfung abzulegen. Ich habe es zu keinem Moment bereut, auch als Erwachsene eine neue Sportart auszuprobieren.“

**Holger:** „Karate ist für mich deutlich mehr als der reine Sport, mit dem ich mich fit halte und die sitzende Tätigkeit in meinem Job auszugleichen versuche. Im Training schaffe ich es in der Regel, den Kopf von allem anderen frei zu bekommen und mich nur auf die Übungen und Bewegungsabläufe zu konzentrieren. Und da ich mich seit Jahren auch mit ZEN-Meditation beschäftige, ist Karate für mich die perfekte Ergänzung.“

**Joanna:** „Toller Sport! Super nette Stimmung. Das Trainieren mit den Kindern zusammen macht sehr viel Spaß. Sie bringen eine besondere Dynamik mit,

die wir Erwachsene manchmal brauchen, um aus dem täglichen Alltagstrott rauszukommen. Hervorzuheben ist die Verbesserung der Konzentration – sich nicht ablenken lassen.“

**Jörg:** „Mich hat meine fehlende Fitness dazu getrieben eine neue Sportart zu suchen. Die ganzheitliche Beweglichkeit zu verbessern war eine zusätzliche Anforderung. Nach zwei Jahren kann ich sagen, dass meine Anforderungen an den Sport voll erfüllt worden. Muskuläre Stabilität, Schnellkraft, Beweglichkeit haben sich durch das regelmäßige Training stark verbessert. Der Sprung vom Büro in die Sporthalle fällt mir leicht. Die japanische rituelle Begrüßungszeremonie ist der richtige Start, um schnell abschalten zu können. Hervorzuheben ist auch der tolle Teamgeist. Man ist in seiner Übung für sich, aber trotzdem mit der Trainingsgruppe eng verbunden.“

Unsere Mastersgruppe hat schon mehr als 16 Aktive. Vom Gelbbis zum Braungurt sind alle Graduierungen vertreten.

Es ist jederzeit möglich, an einem Probetraining teilzunehmen. Die Kontaktperson ist unserer Sensei André Lassen. Die Kontaktdaten finden Sie auf der ProSport24-Internetseite. Eindrücke von unserer Abteilung sehen Sie auf <http://ikigai-karate-do-berlin.de>. **Jörg Lassen**

# Bo Jutsu – die uralte Kunst des Stockkampfes

Shinbukai Karate



Übungen stärken Kondition und Muskelkraft



真武会  
SHINBUKAI

Komm zu  
Shinbukai –  
sei dabei!

Der nächste  
Kyu-Prüfungstermin ist  
am 26. November.

Schon in den Anfängen der Menschheitsgeschichte wusste man, wie effizient der Kampf und die Jagd mit Speeren sind. Dabei wurden die Speere nicht nur zum Werfen und Stechen, sondern oft auch als Hieb Waffen für den Nahkampf eingesetzt.

Aus einfachen Techniken entwickelten sich im Lauf der Zeit viele verschiedene Kampfkünste mit Stöcken als bevorzugte Waffe. Diese Stile perfektionierten den Umgang und erschufen viele effiziente Stockkampftechniken. Die Kampftechnik mit dem Bo wird als Bo Jutsu bezeichnet.

Der Bo (japanisch: Langstock) ist eine Schlagwaffe aus Okinawa, ursprünglich die Waffe japanischer Bauern. Dieser traditionelle Stock ist etwa 1,82 Meter lang und besteht meist aus Rotholz (Roteiche). In unserer Shinbukai-Karateschule trainieren wir montags Bo-Grundschule und Bo-Kata. Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind mit Begeisterung für diese Kampfart dabei. Wir bringen die Karate-Techniken mit traditionellen Waffenarten in Einklang.

Nur wenige Menschen praktizieren heute noch Bo Jutsu. Der Grund ist einfach, dass Übungen mit dem Langstock viel Platz

brauchen. Dabei wird im Training streng auf Disziplin und Sicherheit geachtet.

Davon abgesehen hat Bo Jutsu aber viele Vorteile. Jeder kann sofort mit dem Training beginnen. Sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene finden ihre Übungen. Es macht schließlich auch sofort Spaß, den Stock zu schwingen und zu wirbeln. Der Langstock ist ein hervorragendes Übungsgerät für die Kondition. Er knetet den Körper so richtig

von innen durch. Sehnen und Bänder werden flexibler und alle Muskeln sind zudem gleichzeitig gefordert.

Die Bewegungen der Hände bei den Stockübungen sind den Techniken der „leeren Hand“ ähnlich. Der Stock wird zur erweiterten Hand. Darum wird Bo Jutsu in japanischen Kampfsportschulen auch als Zusatztraining angeboten.

*Ursula La Cognata*  
[www.shinbukai.berlin](http://www.shinbukai.berlin)



# Gelungene Turnier-Premiere noch in Vor-Corona-Zeiten

**W**ährend der achtjährigen Zugehörigkeit der Abteilung Taekwondo zum PSB 24 nahmen unsere Mitglieder nicht an Wettkämpfen teil. Erst im Oktober 2019 reiste eine Mannschaft erstmalig und gleich mit fünf Startern und einem Kampfrichter zu den German Open 2019 in der Umgebung von Stuttgart.

Nach späterer Ankunft in der Nacht begaben sich die Teilnehmer im Seminarraum der Halle auf Sportmatten zur Ruhe. Ich half



## Alle auf dem Treppchen

**Stephan von Wehren** (1. Dan):  
Formen und Freikampf 1x Gold

**Markus von Wehren** (1. Dan):  
Formen und Freikampf 2x Bronze

**Elijah Imer** (1. Kup):  
Team- und Einzelformen 1x Gold  
1x Bronze

**Emilian Böttger** (1. Kup):  
Team- und Einzelformen: 1x Gold  
1x Silber

**Viktor Valentiner** (1. Kup):  
Team- und Einzelformen 2x Gold



Ein Mattenleiter

der Präsidentin des deutschen Nationalverbandes, Frau Anastasia Alexandridou, bis etwa 3.00 Uhr bei der Einteilung der Kampfflächen.

Nach wenig Schlaf begann das Turnier mit knapp 100 Startern pünktlich um 10 Uhr. Unsere Wettkämpfer hatten jeweils für zwei Disziplinen gemeldet. Dem Formenteil am Vormittag folgte der Freikampfteil am Nachmittag. Als Punktrichter vormittags und Mattenleiter nachmittags war ich nach sechs Stunden Einsatz ähnlich geschafft wie unsere Teilnehmer. Gegen 17.00 fand der Wettkampf sein Ende und unsere

fünf hatten erfolgreich ihr erstes Turnier bestritten. Wir waren alle überglücklich und zufrieden, dass die fünf Wettkämpfer in jeder Kategorie einen Platz unter den ersten drei erreicht hatten. So konnte die Abteilung Taekwondo des PSB 24 stolz zehn Medaillen präsentieren. Eine gelungene Erst-Teilnahme!

Am nächsten Tag folgte ein kurzer Lehrgang mit Meister Chand aus England. Elf Teilnehmer studierten sorgfältig einzelne Techniken und lernten neue Details.

Text und Fotos:  
*Marcel Meinecke*



Nächtliches Training

## Zuwachs für die Riege der Dan-Träger

**G**leich drei jugendliche Kandidaten mit reichlich Erfahrung traten im vergangenen Jahr zur Schwarzgurtprüfung auf dem Taekwondo-Parkett an: Elijah, Emilian und Viktor – alle seit mehr als acht Jahren im Taekwon-Do. Die Besonderheit unserer Dan-Prüfungen im ITF-Stil besteht darin, dass die Kandidaten nicht nur die jeweils höchsten neuen Techniken für den Schwarzgurt vorführen, sondern das gesamte Programm vom Weißbis zum Schwarzgurt geprüft wird. Nach Absolvieren aller Grund- und Spezialtechniken, der Formen, der Partner-Übungen, Bruchteste und der Theorie hatten alle drei die Prüfung zum 1. Dan bestanden. Stolz waren nicht nur die Prüflinge selbst,

sondern auch ihre Familien und die Prüfungskommission. Die Abteilung gratuliert herzlich zu diesen Leistungen!

*M.M.*

### Unsere Dan-Träger-Riege ist nun angewachsen auf

Andreas von Wehren (3. Dan WTF)  
Dirk Schönemann (3. Dan WTF)  
Lutz Hänisch (2. Dan WTF)  
Sven Rofall (1. Dan WTF & 2. Dan TRAD)  
Luna Krystonczyk (1. Dan TRAD & 1. Dan ITF)  
Markus von Wehren (1. Dan ITF)  
Stephan von Wehren (1. Dan ITF)  
Johannes Kurandt (1. Dan ITF)  
Florian Platter (1. Dan TRAD)  
Simon Seidel (1. Dan WTF)  
Elijah Imer (1. Dan ITF)  
Emilian Böttger (1. Dan ITF)  
Viktor Valentiner (1. Dan ITF)

[ehemals Steffen (1. Dan ITF) und Darius (1. Dan TRAD)]



Lauter Schwarzgurte

# Hat etwa jemand den Berlin-Marathon vermisst?



## Ein Geburtstagsstaffellauf rettete den Tag

**E**s lief nicht viel im Corona-Sommer. Dürre Zeiten für den Chronisten. Marion und Sylvia sind wohl bei einem Panoramalauf gestartet, aber derer gibt es mehrere, und die genauen Informationen sind bei mir nicht angelangt.

Mehr weiß ich vom Berlinman-Triathlon. Den allerersten Triathlon Berlins hatte unser früheres Mitglied Wilfried Jackisch gewonnen, das war Mitte der 80er. Jetzt kommt wieder ein Paukenschlag: Günter Zabel, der schon als Vereinsmeister der Mann des Jahres ist, hat in der Klasse M60 einen deutlichen Sieg eingefahren. Und nicht etwa im Volkstriathlon, nein, über die Olympische Distanz. Seine Zeit von 2:24:48, gut 20 Minuten hinter dem Gesamtsieger, ist herausragend.

Nicht ganz überraschend war der abschließende Lauf über 10 Kilometer Günters besonderes Plus. Hier blieb er ganz weit im ersten Viertel aller Teilnehmer und hatte nur Jüngere vor sich. Das Phänomen Günter Zabel und seine Gedanken zum Triathlon werden wir für die nächste Ausgabe noch einmal aufgreifen.



Der finale Höhepunkt: Ruth und Christian „breddern“ über die Ziellinie. Entgegen anderslautenden Gerüchten ist Ruth im Fotofinish klar vorne.

Das Ereignis war am 27. September nicht der Berlin-Marathon. Bekanntlich fand der gar nicht statt. Unsere Abteilungsvorsitzende Ruth Suhr hatte auf der Strecke ihren Geburtstag feiern wollen. Es wäre ihr 31. absolviertes Berlin-Marathon gewesen – mit Bestzeit von 3:27. Aber Ruth wäre nicht Ruth, wenn sie

Um Sieg und Rang ging es aber eigentlich auch gar nicht. Svenja musste sich den Siegerpreis selbst überreichen, so ein schöner Tag!

Der in den Herbst verlegte Kreuzberger Viertelmarathon musste wegen Infektionslage schließlich endgültig abgesagt werden. Trotzdem gingen die Wettbewerbe wieder los. In Reinickendorf ist es die Sägerserie, die dem Monat Oktober Bedeutung gibt. Letztes Jahr dominierte auf der Mitteldistanz Frédéric Georges, und mit einem Sieg beim ersten Lauf ist er auch 2020 wieder eingestiegen. Wird er erneut durchstarten?

Als Abteilung werden wir sehen, wie es unterdessen weitergeht mit der Corona-Lage. Unverdrossen planen wir unsere Läufe für 2021. Vielleicht kommt die Impfung ja 2020. Oder Putin hat vorher eine.



Das Siegertrio am 27. September: Alina, Svenja und Alexander.

nicht eine andere Idee gehabt hätte: Geburtstagsstaffellauf und anschließend Brunch am Sportgelände. „Ruth 66“ war das Motto, und irgendein lieber Gott hat dann noch die Zahlen frisiert. Denn es waren zum 66. Geburtstag 6 Staffeln, die jeweils 6,6 km liefen, ungeplant, und wie der Spendenlauf für rheumakranke Kinder mitgetragen von Ruths Tochter Svenja. Wer’s kann ...

Günter „Günni“ Zabel war als Schlussläufer der Tagesschnellste. Aber zu mehr als einem ordentlichen Mittelfeldplatz konnte es nicht reichen, allein schon, weil ihm als Startläufer der Berichterstatter zugewiesen war.

Ob eine Weihnachtsfeier erlaubt ist, wie für den 27.11. geplant, werden wir erleben. Der Schätzlauf über 5000 m ohne Uhr wird vorher auf jeden Fall stattfinden. Ansonsten ist man neben dem Mittwochstraining froh, beim Laufen immerhin zusehen zu dürfen. In London fand der aus dem April verschobene Marathon mit der Weltklasse tatsächlich statt. Sponsor des Laufes ist die Finanzfirma Virgin Money, zu Deutsch „jungfräuliches Geld“. Und gepflastert war die Strecke mit „MONEY MONEY MONEY MONEY MONEY“. Da lacht der Vereinssportler.

*Ralf Milke*

Unsere blinde Weltrekordläuferin Regina Vollbrecht (3:15:49 im Jahr 2010) ist inzwischen „nur“ noch Platz 4 der Ewigen Weltbestenliste, eine gute Entwicklung.





# Endlich wieder am Ball

## Die 1. Frauenmannschaft startete nach langer Zwangspause in die nächste Saison der Ostsee-Spree-Liga

Im April 2020 war die Spielzeit 2019/20 abgebrochen worden und alle Handballerinnen mussten in eine Zwangspause. Da es keine Absteiger gab, war der Verbleib der 1. Frauenmannschaft in der Ostsee-Spree-Liga (4. Liga) für die Saison 2020/21 gesichert. Während der Corona-Kontaktbeschränkungen und der Handballpause hatte sich die Mannschaft verschiedene Challenges überlegt, um „am Ball“ zu bleiben. Unter anderem haben die Frauen ein Video eines Handball-Homeworkouts gedreht und über Social-Media-Kanäle geteilt. Mit diesem Workout-Video nahm das Team an einer Aktion des Deutschen Handballbundes teil und gewann schließlich einen neuen Trikotsatz. Vielen Dank an den DHB! Das Video könnt ihr euch bei Instagram (@prosport-berlin24) oder Facebook (@Pro Sport Berlin 24 | Handball mit Leidenschaft und Stil) anschauen!



Der erste Heimsieg wurde ordentlich mit unserer neuen Musikbox – bereitgestellt von unserem Sponsor „DIE BAU(M)TEUFEL – gefeiert.

### Intensive Vorbereitung

Die Vorbereitung auf die neue Saison begann schließlich im Juni. Glücklicherweise wurden kurz vor dem anvisierten Vorbereitungsstart die Regeln zum Umgang mit Covid-19 gelockert, das Freilufttraining wurde gestattet. Das Team nutzte die Zeit, um intensiv an den Grundlagen, vor allem im Läuferischen, zu arbeiten. Später folgte auch die Erlaubnis, in die Sporthallen zurückzukehren, und die zweite Vorbereitungsphase wurde zügig in die eigene Heimstätte verlegt, so dass endlich wieder mit dem Ball gearbeitet werden konnte.

Zu spüren war, dass den Spielerinnen die gemeinsamen Erlebnisse im Sport wirklich fehlten. Die Trainingsleistungen waren insgesamt sehr gut, doch musste man die ersten Wochen noch intensiv zur Erarbeitung taktischer Konzepte nutzen. Im Vordergrund stand dabei vor allem das Abwehrspiel.

Neue Gesichter sind in der kommenden Saison bei den ProSportlerinnen nicht zu sehen. Leider stehen zwei Leistungsträgerinnen auf unbestimmte Zeit nicht zur Verfügung. Das gilt es nun durch

mannschaftliche Geschlossenheit zu kompensieren. Die Verantwortung ist auf viele Schultern zu verteilen. Sollten Ausfälle entstehen, wird man weiter im „Jugendstil“ verfahren. Viele junge Spielerinnen aus der zweiten Mannschaft haben sich im letzten Jahr gut entwickelt und sollen schrittweise in den Kader integriert und an die Oberliga herangeführt werden.

### Zum Auftakt gegen die TSG Wismar

Am 19. September war es endlich so weit. Die Saison wurde mit einem Heimspiel gegen die TSG Wismar eröffnet – leider ohne die so oft puschende Unterstützung der eigenen Fans. Trotzdem waren alle heiß auf den Start.

Und von Beginn an wurde deutlich, dass die Mannschaft die erwähnte Verteilung der Verantwortung auf viele Schultern innerlich hatte. Spielerinnen wie Juliane Hahn und Marie Eulert traten sofort in den Vordergrund und setzten defensiv wie offensiv Akzente. Dem wollten auch die anderen Spielerinnen nicht nachstehen, und so entwickelte sich

ein Spiel, in dem die ProSportlerinnen durchgehend das Zepter in der Hand hielten. Eine Führung der Gäste gestatteten sie lediglich beim 0:1. Dann übernahmen sie das Heft des Handelns, arbeiteten sich ins Spiel, spielten eine hervorragende Abwehr und feierten quasi einen Start-Ziel-Sieg gegen den Aufsteiger.

25:21 hieß es am Ende und die Frauen hatten einen völlig verdienten Auftaktsieg eingefahren. Neben der Verteilung der Angriffsverantwortung war festzustellen, dass auch die Defensive deutlich sicherer stand als noch in der Vorsaison. Die Mannschaft scheint auf dem richtigen Weg zu sein. Gemeinsam mit einer an diesem Tag sehr gut agierenden Stephanie Röder im PSB-Gehäuse, die den Vorzug vor der in der letzten Saison bärenstarken Constanze Orsin (vereitelte zusätzlich drei Strafwürfe!) erhielt, legte die Defensive den Grundstein für den Erfolg.

Nach dem Abpfiff überwog natürlich die Freude über die ersten Punkte und die Rückkehr in den Wettkampfbetrieb. Es war jedoch

allen schnell klar, dass erst einer von am Ende hoffentlich 22 Schritten gegangen ist. Am 11. Oktober hieß es, den zweiten Schritt zu gehen und bei der starken HSG Neukölln die nächsten Punkte einzufahren. Im letzten Jahr erreichte die ProSportlerinnen gegen die Neuköllnerinnen eine deutliche Niederlage. Das sollte sich möglichst nicht wiederholen.

Leider ist bei den Heimspielen vorerst kein Publikum erlaubt. Die Spiele werden aber live bei Instagram (eventuell auch über Youtube oder Twitch) gestreamt, so dass alle Interessierten zumindest digital dabei sein können. Wir halten euch über Instagram/Facebook auf dem Laufenden, also folgt uns, um nichts zu verpassen! #live #Instagram

Antonia Wecke

### Voraussichtliche Heimspiele 2020

|                              |           |
|------------------------------|-----------|
| 31.10.                       | 16.30 Uhr |
| – SV Fort. 50 Neubrandenburg |           |
| 21.11.                       | 16.30 Uhr |
| – HSG RSV Teltow/Ruhlsdorf   |           |
| 5.12.                        | 18.30 Uhr |
| – SG OSF Berlin              |           |

# Abschluss der Beach-Saison in Charlottenburg

**G**old leuchtete der Sand in der Abendsonne. Ein letztes Mal in diesem Jahr war der Sand zwischen den Zehen zu spüren.

Zum Abschluss der Beachsaison trugen wir am 14. September zusammen mit Mitgliedern, Freunden und Bekannten ein Beachvolleyball-Turnier bei uns im Prosportstudio Charlottenburg aus. Dabei standen Spiel, Spaß und das Miteinander im Vordergrund. In lockerer und familiärer Atmosphäre wurde der Ball übers Netz befördert und sorgte nochmal für ein breites Lächeln auf den Gesichtern.

Sowohl Einsteiger als auch erfahrene Beachvolleyballerinnen und -volleyballer waren willkommen. Für einige war es das erste Mal auf unseren Plätzen und sie erwartete ein tolles Erlebnis. Die Teams wurden bunt

durchgemischt, so dass alle ihren Spaß hatten.

Nun beginnt zunächst die dunklere und kühlere Jahreszeit, aber wir freuen uns schon jetzt auf die neue Beachvolleyballsaison im Frühling mit euch!

Prosportstudios



Ihr seid alle herzlich eingeladen ins

**Prosportstudio Charlottenburg**  
**Glockenturmstraße 21**

**14053 Berlin**

**Telefon 030 / 36 43 47 80**

*Lenny Saliwan-Trafis*

# Attention, please!

Diese Zeilen könnten dein Leben verändern

**W**ir suchen neue Familienmitglieder, die Lust haben, mit uns zu wachsen und Pokale zu jagen.

Du möchtest eine neue Sportart ausprobieren, die außergewöhnlich ist?

Du hast Lust dich auszuzeichnen und willst dabei Spaß haben?

Du hast vielleicht schon einmal überlegt, beim Training vorbeizukommen, und dich doch nicht getraut?

Dann kommt jetzt deine Chance!

Bei uns ist jeder willkommen: jedes Alter, jedes Geschlecht, jedes Fitnesslevel.

Deine Anmeldung für ein Probetraining ist ganz easy, versprochen!



Cheerleading



Schreib uns eine Mail an [info@cats-cheerleader.de](mailto:info@cats-cheerleader.de) mit deinem Namen und deinem Alter, und schon kann deine Cheerkarriere losgehen.

Du kannst uns auch über Instagram [cats.cheerleader.berlin](https://www.instagram.com/cats.cheerleader.berlin) erreichen.

Selbstverständlich kannst du eine Freundin oder einen Freund mitbringen und ihr könnt zusammen das Training rocken!

Na, schon aufgeregt? Schau doch mal auf unserer Website [www.cats-cheerleader.de](http://www.cats-cheerleader.de) vorbei und stell dir vor, wie toll du in unserem Kostüm aussehen wirst.

Wir freuen uns auf dich!

Liebe Grüße aus der Trainingshalle

*Anja Steffan*



# Die etwas andere Segelsaison

Opti-Segler Karl Lander überzeugte nach Zwangspause

**D**as Segeljahr 2020 sollte wie immer mit viel Sonne und Wind in Slowenien beginnen. Aber leider hat uns, wie auch allen anderen, das neuartige Corona-Virus einen gewaltigen Strich durch die Rechnung gemacht. Nachdem klar war, dass wir Ostern in Deutschland verbringen werden, wurde mit befreundeten Seglern aus Schwerin und Rostock versucht, ein Trainingslager in Warnemünde auf die Beine zu stellen. Aber der allen wohlbekannte Lockdown und seine Folgen stellten unsere gesamte Planung auf den Kopf. Eines war sicher: Planen können wir gar nichts. Natürlich fanden in dieser Zeit kein Training und auch keine Regatten statt.

Dank der Lockerung der Corona-Regeln und der daraufhin von Verantwortlichen und Trainern akribisch erarbeiteten Hygienekonzepte konnte Ende Mai wieder ein eingeschränkter Trainingsbetrieb aufgenommen werden. Kinder und Trainer konnten endlich aufs Wasser und Sonne und Wind genießen. Damit in den Trainingsgruppen alle Konzepte und Regeln eingehalten werden konnten, unterstützte Maximilian Kühn das Training auf dem Wasser.

Allmählich wurden unter Einschränkungen auch wieder Regatten ausgetragen. Erst wurden sie nur sehr regional organisiert, aber auch Regatten mit gesamtdeutscher Beteiligung wurden wieder möglich.



Karl Lander und „BlackSheep“ in Aktion

Unser Opti-Segler Karl Lander kämpfte in seiner ersten Opti-A-Saison um die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft, aber das wurde wegen der Pandemie nicht einfacher.

Beim Mittsommercup, einer neu aufgelegten regionalen Regatta auf dem Müggelsee, konnte Karl mit seinem neuen Boot „BlackSheep“ nach der langen Zwangspause überzeugen und segelte konstant in den Top Ten. Am Ende wurde er fünfter unter 26 Seglern.

Allmählich wurde auch im Trainingsbetrieb mehr möglich: Karl bekam die Möglichkeit, nach langer Zeit die Ostsee bei einem

Trainingslager in Warnemünde unsicher zu machen. Und das war für ihn eine großartige Erfahrung. Noch einmal ganz herzlichen Dank an Trainer und Betreuer, die das möglich gemacht haben.

Im Anschluss daran lieferte Karl zur Berliner Meisterschaft beim Spandauer Yacht Club eine starke Leistung ab und belegte den 14. Platz unter 73 Seglern. Leider wurde Karl in der ersten Wettfahrt aufgrund eines Frühstarts disqualifiziert, sonst wäre es ein Top Ten-Ergebnis geworden.

Beim Müggelschlösschencup auf dem Müggelsee hätte das Ergebnis für Karl noch besser ausfallen können. Er wurde 17.

von 73 Seglern. Ein Frühstart und stark schwankende Leistungen verhinderten den möglichen Sprung unter die ersten Zehn des Feldes. Daher galt für die nächsten Regatten für Karl: konstanter werden und Nerven behalten.

Eine Woche später konnte dank intensiver Zusammenarbeit aller Müggelsee-Vereine der Stanjek-Cup auf dem Müggelsee mit 130 Teilnehmern ausgetragen werden. Alle Vereine hatten gemeinsam angepackt, um den Kindern dieses Erlebnis nach einer total verkorkten Segelsaison möglich zu machen. Das Regattafeld war sehr stark besetzt. Die Segler kamen aus ganz Deutschland, sogar vom Chiemsee und aus Kiel.

Da die Betreuung der Kinder auf dem Wasser aufgrund der Abstands- und Hygieneregeln teilweise schwer zu realisieren war, unterstützte Lisa-Marie Kühn die Trainer dabei. Karl startete in der ersten Wettfahrt mit einem 5. Platz, wollte in den nächsten Wettfahrten aber zu viel und verlor in dem großen Feld die Orientierung. Insgesamt sprang daher leider nur Platz 59 heraus.

So Corona will, standen im weiteren Verlauf des Jahres noch die Brandenburger Meisterschaft in Kirchmöser und die Halloween-Regatta auf dem Gardasee im Programm. Wir haben Karl die Daumen gedrückt!

*Christian Kühn*





Gewann alles, was zu gewinnen war: die U 12

## Auf schwierigen Start folgte eine erfolgreiche Sommersaison



**O**bwohl die Saison uns coronabedingt keinen guten Start ermöglichte, konnten alle Mannschaften ihre Spiele durchführen und dank der disziplinierten Einstellung aller Spieler sind wir infektionsfrei durch den Sommer gekommen.

Auch Erfolge blieben nicht aus: Die Mannschaften Herren 60 und Herren 70 gewannen all ihre Spiele und sind „Tabellenführer“.

Unsere 1. Damen und die 1. Herren erreichten jeweils zweite Plätze.

Wir gratulieren unseren „Siegermannschaften“ herzlich und freuen uns mit allen anderen Mannschaften über deren Platzierungen im gesicherten Mittelfeld.

Unsere Jugendmannschaften können sich ebenfalls über zwei „Aufsteiger“ freuen: Die U 12 hat alles gewonnen, was es zu gewinnen

gab, und unsere Juniorinnen U 18 lieferten sich spannende Spiele mit ihren Gegnerinnen und stürmten erfolgreich in die nächsthöhere Klasse.

Wir haben in dieser Sommersaison auch wieder eine U 10 melden können und unsere Jüngsten haben einen tollen 3. Tabellenplatz erkämpft. Klasse Leistung!

### Ein Meldeergebnis wie nie zuvor

Die Begeisterung für das Mannschaftsspiel zeigt sich auch in der Anzahl der Mannschaften, die wir für die Winterverbandsspiele gemeldet haben: 5 Erwachsenen- und 4 Jugendmannschaften. So viele wie noch nie. Wir wünschen viel Spaß und Erfolg.

*Ilona Messmer-Zepf  
Dr. Andreas Linke*



Die Aufsteigerinnen der U 18



Die Mannschaft der Herren 60



Herren 70 (und 65)



# Es ist doch noch etwas geworden

Regatten und Feiern aber leider nur in kleinerem Rahmen

**C**orona hat unsere Segelsaison überschattet: Wir mussten viele Regeln einhalten, kamen später ins Wasser und fürchteten zwischendurch: Das wird nichts mit dem Segeln in diesem Jahr.

Wir hatten Glück: Die Regeln wurden gelockert, die Firma Schimming half uns ins Wasser und wir hatten fortan die Möglichkeit, zu segeln und Urlaub auf dem Wasser zu machen. Glückseligkeit für uns alle, da Reisen eigentlich kaum möglich war. Schön, in solchen Zeiten den Verein mit seiner Terrasse zu haben. Da konnten wir uns privilegiert fühlen, wenn auch mit manchen Regeln.

Viele Regatten fielen aus, auch unser Goldenes Posthorn mussten wir leider absagen. Desto größer war der Andrang beim FunCup und der Donnerstagsregatta.

Das Jugendtraining begann im Sommer wieder und Anfang Oktober war die Teenymannschaft Antonia und Helena Köther zur Deutschen Jugend- und Jüngstenmeisterschaft unterwegs.

Große Feste mussten ausfallen, aber es gab Möglichkeiten, in kleinem Rahmen zu feiern. Ein schöner Anlass war die doppelte Bootstaufe von Familie Frank, Yvonne und Fabio Simonis. Die Familie hat sich gleich zwei neue



Doppelte Bootstaufe

Boote zugelegt, eine *Beneteau Oceanis 30.1* und eine *First 14*, ein kleines Fun-Segelboot. Die Boote wurden von Kira Führ und Antonia Köther auf die Namen „Time is now“ und „Tender to time is now“ getauft.

## Aktion sauberer Stößensee

Am 19. September, dem World Cleanup Day, haben wir uns einer Aktion der Klimawerkstatt Spandau angeschlossen. Fast 15 Freiwillige aus unserem Verein waren dabei. Mit unseren Nachbarn machten wir uns mit der „Nante“, Kajaks und Schlauchbooten auf den Weg und staunten, was in zwei Stunden so

an Müll zusammen kam: Rucksack, Fahrradreifen, Flaschen, Plastiktüten, eingeschweißtes Fleisch, Windeln ... Wir sind sehr dankbar für diese Aktion, denn es geht um unser Wasser, auf dem wir Sport treiben und in dem wir schwimmen. Sicher sind wir auch im nächsten Jahr wieder dabei!

## FunCup 4 und 5

Die **4. Wettfahrt** war sehr windig, in Böen 6 Windstärken. Wundervolles Segeln, viele lachende Gesichter, fröhliche Begegnungen auf dem Wasser! Mehr davon wünschten sich alle.

Die **5. Wettfahrt** fand bei fast sommerlichem Wetter statt, mit stetigem Wind in 3 Windstärken.

Ein schöner Abschluss, der allen Spaß gemacht hat. Im Ergebnis aller Wettfahrten siegte das Team der „Seagull“ mit Beate, Michael und Paul, gefolgt vom Team „Elodi“ mit Elke, Claudia und Haiko sowie „Fiasko“ mit Klaus-Peter und Goldi. Insgesamt eine tolle Veranstaltung mit viel Wind und abwechslungsreichen Kursen. Dank an unseren Sportwart!

Das Jahr neigt sich dem Ende zu und unser größter Wunsch an alle ist: Bleibt gesund! Wir wünschen ein wunderbares Weihnachtsfest und einen guten Rutsch in ein besseres Jahr 2021. Der Vorstand dankt für das Vertrauen 2020!

*Beate Naber*

## Glückwünsche

**W**ir gratulieren allen Abteilungsmitgliedern, die im Oktober, November und Dezember Geburtstag haben oder hatten. Zum besonderen Geburtstag beglückwünschen wir Ingrid Meier und Klaus-Peter Schmidt.

Auch diesmal dürfen wir wieder zur Hochzeit gratulieren: Robert Lorra und Katrin Scheunemann-Lorra haben geheiratet. Herzlichen Glückwunsch!

Marco Schürmann und Anna-Maria Meyer haben eine gesunde Tochter bekommen: Ayana-Maria Meyer ist unser jüngstes Mitglied. Herzlich willkommen! *B.N.*

## Immer wieder donnerstags...

**W**ann ist endlich wieder Donnerstag?“ In den Zeiten der Pandemie, in der erst gar nicht gesegelt werden durfte und dann immer noch viele Regatten abgesagt wurden, hat die Donnerstagsregatta auf der Unterhavel vor Schildhorn zusätzliche Attraktivität erlangt. Das zeigte sich an der Teilnahme von insgesamt 68 Booten bei den 17 Yardstick-Wettfahrten. Erstmals wurde die Regattaserie, die von inzwischen sechs Vereinen vom Stößensee und der Scharfen Lanke reihum ausgerichtet wird, auch während der Sommerferien nicht unterbrochen. Dafür durfte jedes Team die Ergebnisse seiner sechs schlechtesten Wettfahrten streichen, was für die meisten

jene Donnerstage waren, an denen sie nicht teilnehmen konnten. Gesegelt wurde ein Up-and-down-Kurs. Vom rasanten Skiff über Sportboote, Ein- und Zweimannjollen, Jollenkreuzern bis zu Dick Schiffen und Fahrtenseglern waren fast alle Bootstypen dabei, die es an unserem Ende der Unterhavel gibt.

Für uns war die Regattaserie ein wöchentliches Training. Wir blieben so im Flow des Segelns, hatten meist unseren Spaß, wenn gleich es gefühlt zu viele Regatten bei Flaute gab. Denn oft schlief der Wind gegen Abend ein. Wenn gegen 18 Uhr gestartet wird, ist das eben die Zeit der beginnenden Flaute. Andererseits ist es für Berufstätige schon sportlich, aus



Dieter Fritsche segelte bei den Donnerstagsregatten auf Platz 2

dem Stadtzentrum kommend zu dieser Uhrzeit auf dem Wasser zu sein. Und Yardstick-Regatten mit kurzen Bahnen haben ihre eigenen Ungerechtigkeiten. So

können große Schiffe ihr Potenzial nicht ausschöpfen, da sie bei einer Feierabendregatta meist weder die Manpower für Segelwechsel haben noch über die für kurze Distanzen, enge Felder und drehende Winde nötige Wendigkeit verfügen. Aber eigentlich ist die Platzierung zweitrangig, es geht darum, in der Nachbarschaft einen gemeinsamen Termin zum Segeln auf sportlicherem Niveau zu haben, als es im eigenen Verein möglich wäre. Und siehe da: Dank Dieter „Goldi“ Fritsche, der mit seiner O-Jolle auf den zweiten Platz kam, stand unsere Abteilung hervorragend da! Dank an unseren Sportwart Michael Wiesener und sein Team für die Übernahme der anteiligen Wettfahrtleitungen, denn in diesem Fall konnten sie selbst nicht mitsegeln. *Sven Hansen*



Regattaergebnisse

**29er**

- 17.-20.9. Seglerhauspreis  
(Berliner Jugendmeisterschaft)  
Wannsee: 31 Boote
- 22. Mathilde Blaurock (BYC)/  
Jasmin Lang

**O-Jolle**

- 20./21.6. Möllmer-Gedächtnispreis,  
Unterhavel: 12 Boote
- 5. Dieter Fritsche
- 12./13.9. Goldplakette  
(Berliner Meisterschaft)  
Tegeler See: 24 Boote
- 10. Dieter Fritsche

**Pirat**

- 12./13.9. Fallbeil  
(Berliner Meisterschaft)  
Tegeler See: 19 Boote
- 16. Sven Wulf (SVH)/Simon  
Karschner

**Teeny**

- 4./5.9. Teeny-Trophy  
Havel vor Schildhorn: 21 Boote
- 13. Helena & Theresa Köther
- 19./20.9. Teeny-Ausklang  
(Berl. Jüngstenmeisterschaft)  
Tegeler See: 19 Boote
- 12. Helena & Theresa Köther
- 17. Emmanuel & Sophie Keller
- 26./27.9. Preis von Lindwerder,  
Unterhavel: 17 Boote
- 7. Helena & Theresa Köther
- 16. Emmanuel & Sophie Keller

**Yardstick**

- 6.9. Round the Island Autumn  
Havel bis Jungferensee: 37 Boote
- 4. Sven Hansen/Melissa Kleiss/  
Thorpen Schult im H-Boot
- 28.5.-17.9. Donnerstagsregatta  
Havel vor Schildhorn: 68 Boote
- 2. Dieter Fritsche (O-Jolle)
- 18. Sven Hansen/Thorpen Schult  
(H-Boot)
- 23. Elke Kersten/Claudia Schurr  
(Dufour 325GL)
- 54. Beate Naber-Wiesener/Michael  
Wiesener (Emka 36)
- 62. Horst & Monika Woblack  
(Bianca 26)
- 3.10. Ringelnatzpokal  
Wannsee, Unterhavel, 105 Boote
- 9. Sven Hansen/Melissa Kleiss/  
Thorpen Schult im H-Boot
- 4.10. Wilde Frauenwettfahrt,  
Havel vor Schildhorn: 7 Boote
- 2. Claudia Schurr/Elke Kersten
- 3. Finja Schult/Yvonne Simonis
- 4. Anna Surburg/Antonia Köther  
(alle im Pirat)

**GASTRONOMIE.** Sami und seine Frau werden in der Wintersaison zunächst an den Wochenenden öffnen. Wir kündigen jeweils an, was es zu essen gibt. Heizstrahler und Decken ermöglichen es, auch im Winter draußen zu essen. Im Inneren stehen die Tische weit auseinander, gelüftet wird kontinuierlich, Ventilatoren fördern die Luft aus dem Raum. Ihr dürft also gerne kommen: Für Wohlfinden und Sicherheit ist gesorgt. Sami freut sich! **B.N.**

# Mal eben spontan in Marseille eine Meisterschaft gesegelt

**S**pontaner und furchtloser vor 18 olympischen und Weltmeisterschaftsmedaillen, gegen deren Gewinner wir im französischen Olympiarevier von 2024 antreten sollten, hätte es kaum losgehen können. Am 12. August bekam ich einen Anruf meiner Vereinsfreunde Florian Kleiss und Frank Simonis, ob ich nicht Lust hätte, an der Europameisterschaft der neuen L30-One-Design-Klasse teilzunehmen. Eine Woche später fuhren Melissa und Florian Kleiss und ich schon im alten VW-Bus nach Marseille.

So spontan, wie die Entscheidung getroffen wurde, so wenig Erfahrung hatten wir mit dem neuen Boot. Dessen Konstrukteur und die Werft hoffen, dass es als neue Mixed-Zweihand-Offshore-Klasse für die Olympischen Segelwettbewerbe 2024 ausgewählt wird. Wir hatten bis dahin mit diesem Boot nur einmal bei wenig Wind auf der Havel gesegelt. Dabei zogen wir noch nicht einmal den 83-Quadratmeter großen Gennaker. Trotzdem kamen wir mit dem kleineren Code Zero bei 10 Knoten Wind mit dem 1,82 Tonnen leichten Boot schon einmal auf 13,5 Knoten Geschwindigkeit! Das machte Lust auf mehr und die Entscheidung leicht.

Donnerstag sollte es ein Training und eine kleine Wettfahrt geben. Doch kaum waren wir aus dem Hafen, brach die Großschothal-

terung. Kein Problem, wir hatten ja das Technikgenie Florian an Bord. Aber in diesem Sinne ging es ein wenig weiter... Wir mussten uns erst einmal auf uns und das Boot einstellen. Aber unsere kuddelmuddeligen Abläufe begannen Struktur zu bekommen und so beendeten wir den ersten Tag glücklich und mit 18,6 kn Topspeed!

An den folgenden Tagen sollte es ernst werden. Es gab jeweils zwei Up-and-down-Wettfahrten und eine Langstrecke. Letztere lag uns deutlich mehr, denn es gab auf den kurzen Wettfahrten stets ein Manöver, das wir etwas vertorft angingen. Allerdings machten wir nie zweimal die gleichen Fehler und konnten uns stets im Feld der sechs Boote aus sechs Nationen halten. Einmal waren wir sogar nicht die Letzten und konnten uns auf der ersten Langstreckenwettfahrt, nicht zuletzt wegen der guten Taktik von Melissa, vor das Team aus der Ukraine setzen.

Der Wind nahm zu und die Gennakerkurse wurden immer spitzer, so dass ich immer wieder das große Vorsegel schnell fieren und dicht holen musste. Uffff! Nach dem zweiten Tag fielen wir wieder mit einem Lächeln erschöpft in die Kojen an Bord. 19,6 Knoten hatte die Logge angezeigt!

Am Samstag lief es ähnlich. Doch nahm der Wind zwischenzeitlich auf über 26 Knoten zu. Deshalb entschied unser Skipper Frank auf der Langstreckenfahrt, dass wir

lieber keinen Gennaker ziehen. Danach war das Feld woanders...

Schade, denn bis dahin hatten wir uns gut gehalten und uns leichte Hoffnungen gemacht, die Ukrainer wieder zu schlagen. Auch die Polen schienen greifbar. Und die 20 Knoten Topspeed hätten wir sicher auch geknackt! Aber wir wollten nicht riskieren, den Gennaker zu beschädigen. Als der Wind nachließ, haben wir ihn gezogen und weiterhin viel Spaß gehabt – natürlich wieder mit über 19 Knoten Bootsspeed!

Wir wollten zum Abschluss noch in einer Bucht ankern und baden, aber der kleine Spielzeuganker vom Boot hielt nicht. So mussten wir uns mit einem Bad in Marseille zufrieden geben; war auch schön.

In der Nacht zum Sonntag wollte ich an Deck schlafen, wurde aber weggepusht. Im Hafen wurden über 36 Knoten Wind gemessen. Am Tag gab der Wind zwar etwas nach, aber die restlichen Wettfahrten wurden trotzdem abgesagt. Dafür wurden die Franzosen, die alle sechs Wettfahrten gewonnen hatten, als verdiente Sieger gefeiert, Frank flog wieder ab und wir drei setzten uns wieder in den VW-Bus. Auch wenn wir mehr als 20 Stunden bis Berlin brauchten, hatten wir doch alle noch tagelang ein Grinsen im Gesicht. Es hat unglaublichen Spaß gemacht; so spontan, eben mal...

**Thorpen Schult**

# Punktspielstart unter Verzicht auf alle Doppel

## Versammlung am 19. November

Liebe Mitglieder der Abteilung Tischtennis, hiermit laden wir zu unserer Jahresversammlung am **19.11.2020** ein.

Zeit: **19.30 Uhr**

Ort: **Sporthalle der Carl-Orff-Schule**  
Berkaer Str. 9-10  
(Wilmersdorf)

Folgende **Tagesordnung** wird vorgeschlagen:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Berichte zur Abteilung
3. Bericht des Kassenwarts
4. Bericht des Sportwarts
5. Entlastung des Vorstands
6. Verschiedenes

Nach dem Abbruch der letzten Saison lief der Spielbetrieb im September endlich wieder an, wenn auch nicht in gewohnten Bahnen und mit vielen Veränderungen. Der Verband hatte sich entschlossen, in der Punktspiel-Vorrunde auf alle Doppel zu verzichten und nur die Einzelspiele zu werten.

Wir konnten für diese Saison leider nur zwei Mannschaften melden, da es noch große Bedenken gab, wie es mit der Pandemie weitergeht. Und einige Spieler, die bisher zur Stammbesetzung ihrer Mannschaften waren, wollten lieber erst einmal abwarten, wohin die Entwicklung nach den Lockerungen geht. Verständlich.

Der Start der 1. Mannschaft war mit anfangs drei Niederlagen und zuletzt zwei Siegen einigermaßen ausgeglichen, aber die Staffel hat es wirklich in sich und ist bärenstark. Es kann also nur heißen: Klasse halten!



Die 2. Mannschaft startete mit drei Siegen und führte dadurch die Tabelle an. Das dürfte gerne bis zum Saisonende so weitergehen! Der neu „zusammengewürfelte“ Haufen entpuppte sich als gut besetzte homogene Einheit, in der auch die Spieler der bisherigen 3. Mannschaft genug Einsätze erhalten konnten.

In der Hoffnung, dass alle gesund bleiben und wir weiterhin unseren Lieblingssport ausüben können, nur noch der kurze Hinweis auf unsere Mitgliederversammlung am 19.11.2020 um 19.30 Uhr in der Berkaer Straße stattfindet. Bis dahin verbleiben wie immer mit *Netz/Kante el Capitano Micha und Präsi Ulli Wobbermin*

## Zuwachs für 80er-Riege



„Dammi“ zu danken und ihm die für den baldigen Wiedereinstieg ins Ruderboot notwendige Gesundheit zu wünschen!

Der zweite 80-Jährige, Jürgen Pelz, kam erst spät zum Rudern (dank einer ruderbegeisterten Frau), hat inzwischen aber auch schon 19 Fahrtenabzeichen auf dem Konto. Und er hat sich verdient gemacht darum, dass das Bootshaus in Wendenschloß nicht kalt bleibt, wofür nicht nur die Ruderer dankbar sind. *ddp*



Jetzt traf es auch Reiner Dammenhayn, der viele Jahre an der Spitze der Ruderer in Wendenschloß stand und mit uns den Übergang von der BSG Post zum PostSV bewältigte. „Nebenbei“ absolvierte der einstige Leichtgewichtsathlet und Schlagmann des erfolgreichen Marathon-Vierers zweieinhalb Äquatorrunden im Boot und sorgte dafür, dass unsere Schiffe stets fahrbereit bleiben. Viele Gründe,

## Zwei Ehrentage

Im November haben wir wieder einmal zwei besondere Ehrentage. Hildegard Thürmer ist seit 40 Jahren Mitglied der Tanzsportabteilung und hält uns als Förderndes Mitglied die Treue. Unvergessen sind bei uns und sicherlich auch bei ihr die vielen großen Bälle, die von der Abteilung organisiert wurden und bei denen sie aktiv dabei war.



Ja, und dann noch ein runder Geburtstag. Horst Engelbrecht feiert im November seinen 80. Geburtstag.

Die Tanzabteilung gratuliert beiden Jubilaren zu ihren Ehrentagen und wünscht vor allen Dingen Gesundheit.

*Der Vorstand*

Fotos: Archiv der TSA

# Unsere Sportpalette



## AMERICAN FOOTBALL

Siegfried Spohn 0174 1945908

## BADMINTON

Claudia Skowronek info@badminton-berlin.de

## BOXEN

Jörg Schmidt 01578 4287989

## BOGENSCHIESSEN

Horst Augner 76 80 62 70

## CHEERLEADING

Florian Kretzschmar info@cats-cheerleader.de

## FAUSTBALL / PRELLBALL

Günter Gebauer 0178 8922 676

## FREIZEIT- und GESUNDHEITSSPORT

Annette Twachtmann 82 30 98 44

## FRAUENFUSSBALL

Ingrid Lange 366 71 72

## FREIZEITFUSSBALL

Ewald Prinz 030 75706673

## GYMNASTIK

Geschäftsstelle 82 30 98 44

## HANDBALL

Reinhard Hermenau 282 63 29

## JIU-JITSU

Rudolf Stäps 0163 5950666

## JUDO

Thomas Weichert siehe Geschäftsstelle

## KARATE

Oliver Matthes 77 32 71 32

## KARATE SHINBUKAI

Peter Kroll 0160 4046724

## IKIGAI KARATE-DO

André Lassen 0177 2376472

## KANU

Benny Dankert kanu@psb24-koepenick.de

## LEICHTATHLETIK - MARATHON

Ruth Suhr 861 34 73

## MOTORJACHTSPORT TIEFWERDER

Gerhard Preiß 0178-5504605

## RUDERN

Gatow Gerrit Lipinski 0170 4633872

Wendenschloß Detlef D. Pries 96 20 80 56

## SEGELN

Stößensee Beate Naber-Wiesener 0172 7219409

Gatow Jürgen Reisch 0151 18764825

Köpenick Dr. Bertram Wiczorek 0173 8047129

## SCHWIMMEN

Stefan Neumann 0179-9541318

## SHOTOKAN

René Schinck 692 099 360

## TAEKWONDO

Marcel Meinecke 0163 4830766

## TANZSPORT

Arno Georges 0171 7854339

## TAUCHEN

Wendenschloß Jan Steppe 0172 3283400

Wilmersdorf Denis Marquardt 0160 7963270

## TENNIS

Gatow Dr. Andreas Linke 0151-1426 06 96

Lankwitz Michael Grahl 0151-5099 33 85

Charlottenburg Torsten Rosenke 37 48 96 08

## TISCHTENNIS

Ulrich Wobbermin 821 51 71

## ULTIMATE FRISBEE

Juliane Grätz 0163-157 61 39

## VOLLEYBALL

Geschäftsstelle 82 30 98 44

## BEACHVOLLEYBALL

Jürgen Schier 0175-9806967

### Prosportstudio Charlottenburg

14053 Berlin Glockenturmstr. 21  
Tel.: 36 43 47 80

### Prosportstudio Köpenick

12557 Berlin Grünauer Str. 193  
Tel.: 65 88 07 09

### Prosportstudio Wilmersdorf

14199 Berlin Forckenbeckstr. 18  
Tel.: 89 77 97 15

## Pro Sport Berlin 24 e.V. (PSB 24)

gegründet als Postsportverein Berlin am 26. September 1924

**Geschäftsstelle:** Forckenbeckstraße 18, 14199 Berlin

Internet: [www.pro-sport-berlin24.de](http://www.pro-sport-berlin24.de) • E-mail: [info@pro-sport-berlin24.de](mailto:info@pro-sport-berlin24.de)

Tel.: 82 30 98 44, Mo Di Do Fr 9-13 Uhr, Mi 12 - 18 Uhr • Fax 82 30 98 45

Vereinskonto Postbank Berlin: IBAN DE97 1001 0010 0054 6001 06 • BIC: PBNKDEFFXXX

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Präsident:</b>       | <b>Klaus Eichstädt</b><br>Neuruppiner Str. 165, 14165 Berlin<br>☎ p: 811 49 16   |
| <b>Vizepräsident:</b>   | <b>Uwe Herzog</b><br>Freytagstr. 24, 14656 Brieselang<br>☎ p: 033232-388 65      |
| <b>Vizepräsident:</b>   | <b>Joachim Rudolf</b><br>☎ p: 791 64 08  |
| <b>Vizepräsidentin:</b> | <b>Ingrid Lange</b><br>☎ p: 366 71 72  |
| <b>Schatzmeister:</b>   | <b>Wolfgang Corsepilus</b><br>Heerstraße 243/247, 13595 Berlin<br>☎ p: 305 78 78 |

**Geschäftsführer:** ☎ 82 30 98 44 Michael Schenk  
**Sportmanagerin:** Annette Twachtmann

Satzung, Beitragsordnung, Finanzordnung, Geschäftsordnung, Jugendordnung, Ehrungsordnung und Versammlungsordnung können bei Bedarf in der Geschäftsstelle angefordert werden.  
Auch bei Fragen zu Beiträgen wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle.

### Sportanlagen:

|                             |                                      |                |
|-----------------------------|--------------------------------------|----------------|
| Rudern/Segeln/Tauchen Dahme | Wendenschloßstraße 420, 12557 Berlin | ☎ 651 49 10    |
| Beachvolleyball Spandau     | Tiefwerderweg 18, 13597 Berlin       | ☎ 0177-3728837 |
| Kanu/Segeln Köpenick        | Grünauer Straße 193, 12557 Berlin    | ☎ 65 88 09 69  |
| Segeln Stößensee            | Siemenswerderweg 57, 13595 Berlin    | ☎ 361 18 71    |
| Tennis/Segeln/Rudern Gatow  | Kladower Damm 45, 14089 Berlin       | ☎ 361 18 55    |
| Tennis Lankwitz             | Seydlitzstraße 73, 12249 Berlin      | ☎ 775 39 14    |

## PSB 24 aktuell

vormals »Berliner Postsport«  
Mitgliedermagazin des Vereins  
Pro Sport Berlin 24 e.V.  
67. Jahrgang – Heft 5 / 2020

### Impressum

**Herausgeber und Verlag:**  
Pro Sport Berlin 24 e.V.  
Forckenbeckstraße 18, 14199 Berlin

**Redaktionsleitung (V.i.S.d.P.):**  
Detlef-Diethard Pries  
Barther Straße 80, 13051 Berlin  
☎ 96 20 80 56 Fax 96 20 84 48

**Anschrift für Text- und Bildbeiträge:**  
Doris Antonides-Heidelmeyer  
Usedomer Straße 31, 13355 Berlin  
☎ 55 14 42 81

**E-Mail:** zeitung@pro-sport-berlin24.de

**Herstellung:** USE gGmbH, PrintingHouse  
Genter Straße 8, 13353 Berlin  
☎ 030 / 46 90 570-16

**Erscheinungsweise:** 6 mal jährlich  
**Redaktionsschluss des nächsten Newsletters:**  
5. Dezember 2020

Namentlich gezeichnete Artikel drücken nicht unbedingt die Meinung des Vereins aus. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte übernimmt die Redaktion keine Haftung. Sinnwahrende Kürzungen und Bearbeitung behalten wir uns vor. Nachdruck aller Beiträge mit Quellenangabe erwünscht.

Der Bezugspreis ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.



# Wir suchen Unterstützung im Kindersport!

## Lust auf eine berufliche Veränderung? Arbeiten während der Elternzeit?

Wir sind auf der Suche nach motivierten Persönlichkeiten, die uns im Kindersport unterstützen möchten.

Die Arbeit im Kindersport ist abwechslungsreich und kann flexibel in den Alltag eingebunden werden. Denn es gibt verschiedene Möglichkeiten, bei uns zu starten: wöchentlich ein bis zwei Stunden, aber auch gerne mehr. Gemeinsam finden wir die passende Lösung.

Wir sind auch offen für Quereinsteigerinnen oder -einsteiger und unterstützen gerne bei Interesse an einer Übungsleiter-Lizenz im organisierten Sport.

Ob Sie gerade frisch aus der Elternzeit gekommen sind (oder auch während der Elternzeit), ob als Studierende in ehrenamtlicher Tätigkeit: Wir freuen uns auf alle Interessenten.

Mögliche Einsatzorte sind Charlottenburg (Glockenturmstraße 21, 14053 Berlin), Wilmersdorf (Forckenbeckstraße 18/20, 14199 Berlin) oder Köpenick (Grünauer Straße 193, 12557 Berlin).

Die Kindersportkurse finden bei uns täglich statt, daher ist ein Einsatz grundsätzlich an allen Tagen möglich. Das Babyturnen findet immer vormittags statt, alle weiteren Kurse ab 15 Uhr. Am Wochenende besteht die Möglichkeit, Kindergeburtstage zu übernehmen.

Sind Sie interessiert? Dann senden Sie uns gerne eine E-Mail an [martin@pro-sport-berlin24.de](mailto:martin@pro-sport-berlin24.de)

## Wichtige Mitteilung der Geschäftsstelle

### An alle über 18 Jahre alten Schüler, Studenten und Auszubildenden

Anträge auf Beitragsermäßigung für 2021 müssen bis 15. Dezember in der Geschäftsstelle eingereicht werden. Andernfalls wird der Erwachsenenbeitrag erhoben.

Senden Sie uns bitte Ihren Antrag, für den Sie nebenstehenden Vordruck verwenden können. Fügen Sie eine entsprechende Bescheinigung bei. Eine während des Jahres eingereichte Bescheinigung gilt bis zum Ablauf des laufenden Kalenderjahres.

**Zu spät eingereichte Unterlagen gelten erst ab dem folgenden Quartal. Rückwirkend wird keine Beitragsermäßigung gewährt.**

(Nach Vollendung des 27. Lebensjahres ist grundsätzlich keine Beitragsermäßigung möglich.)

### Antrag auf Beitragsermäßigung für Schüler, Studenten und Auszubildende

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_ Wohnort \_\_\_\_\_

Mitgliedsnummer \_\_\_\_\_

**Eine entsprechende Bescheinigung liegt bei.** Mir ist bekannt, dass ich alle Veränderungen, die diese Beitragsermäßigung begründen, sofort schriftlich der Geschäftsstelle mitzuteilen habe.

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

**Adresse: Pro Sport Berlin 24 e.V., Forckenbeckstr. 18, 14199 Berlin**